

SMITTE VERN TILTAK

NAT

GJELDENDE FRA 01.03.21






ORGANISERING



- Maks 10 utøvere pr parti, inkludert trenere
- Gruppene holder minst 2 meter avstand til hverandre
- Trenere holder minst 2 meter avstand til hverandre
- Trenere bruker munnbind konsekvent under aktivitet i hall
- Trenere motiverer utøvere til å holde avstand





Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
16:30-17:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 6-7 år jenter Gr 2. 6-7 år gutter	16:30-17:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 6-7 år jenter Gr 2. 6-7 år gutter	16:30-17:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 6-7 år jenter Gr 2. 6-7 år gutter	16:30-17:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 6-7 år jenter Gr 2. 6-7 år gutter	16:30 Etter b
17:30-18:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 8-10 år jenter Gr 2. 8-10 år gutter	17:30-18:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 8-10 år jenter Gr 2. 8-10 år gutter	17:30-18:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 8-10 år jenter Gr 2. 8-10 år gutter	17:30-18:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 8-10 år jenter Gr 2. 8-10 år gutter	17:30 Etter b
18:30-19:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 11-12 år jenter Gr 2. 11-12 år gutter	18:30-19:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 11-12 år jenter Gr 2. 11-12 år gutter	18:30-19:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 11-12 år jenter Gr 2. 11-12 år gutter	18:30-19:20 8 utøvere pr.gr. Gr 1. 11-12 år jenter Gr 2. 11-12 år gutter	18:30 Etter b
19:30-20:20 8 utøvere pr.gr.	19:30-20:20 8 utøvere pr.gr.	19:30-20:20 8 utøvere pr.gr.	19:30-20:20 8 utøvere pr.gr.	19:30 Etter b

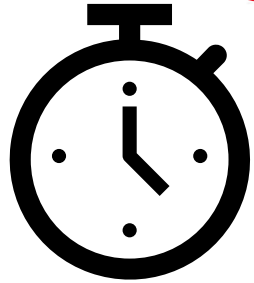
- Gjeldende partiplan og apparatplan overholdes
- Avstandshensynet overholdes
- Avvik ift apparatplan avklares med klubbledelsen i forkant

S M I T T E
V E R N
T I L T A K

NAT

GJELDENE FRA 01.03.21





TRENERE



- Trenerer møter 10 min før oppsatt arbeidstid i ventesone
- Klær og personlige eiendeler oppbevares i lukket bag, som legges på teknisk rom
- Ev avklaringer med klubbledelse i forkant foretas pr tlf eller via digital løsning
- Påminner utøverne om å utføre håndvask/bruke håndsprit før, under og etter trening
- Ansvar for vask av vaskbare flater og apparater mellom økter, og etter trening

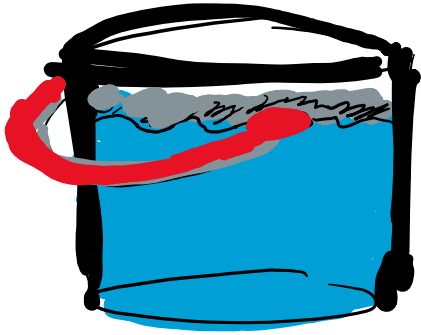




GYMNASTER

- Gymnaster oppfordres til å møte presis, og oppholder seg i ventesonen til treneren kommer og henter gruppen
- Husk avstandsregelen
- Trenerne registrerer utøverne
- Gruppene holder seg samlet
- Håndvask utføres før og etter trening, ved toalettbesøk.
- Hender sprites jevnlig under trening.





VASKERUTINER

- Alle apparater som kan, skal vaskes over
- Det vaskes før et nytt parti eller gruppe skal benytte apparatet/utstyret
- Det vaskes etter endt aktivitetsdag
- Nytt vann med såpe, og nye kluter skiftes ved hver time-rotasjon
- Benytt nye kluter ved hver vask
- Alle trenere og klubbledelsen har ansvaret for at vaskestasjonen er operativ og ryddig





Nyttige lenker ift smittevern, med utfyllende informasjon:

- **NGTF:**

<https://gymogturn.no/2020/05/12/koronainformasjon-samleside-ngtf/>

- **NiH:**

- <https://www.nih.no/informasjon-om-koronaberedskap/>

- **Hvis spørsmål:**

admin@natura.no

